

CARDÁPIO SEMANAL 28/11/2022 – 02/12/2022

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 28/11	TERÇA 29/11	QUARTA 30/11	QUINTA 01/12	SEXTA 02/12
Fruta	Laranja	Mamão	Banana	Maçã	Melancia
Pão	Pão Hot Dog*	Pão francês	Pão Hot Dog*	Pão Francês	Pão Hot Dog*
Biscoito	Biscoito doce/salgado	Bolo de cenoura com calda de chocolate*	Biscoito doce/salgado	Bolo de laranja com calda*	Biscoito doce/salgado
Tubérculo ou Cuscuz	Cuscuz	Batata doce	Cuscuz temperado	Macaxeira	Cuscuz
Proteína	Ovos mexidos Cubos de carne ao molho de alho	Omelete de milho e tomate Guisado de frango	Queijo* Carne moída refogada com ervas	Ovos mexidos ao sugo Coxa e sobrecoxa de frango assada	Queijo* Bolinho de carne
Vegetariano	Antepasto de legumes	Kafta vegetariana	Pasta de amendoim	Lentilha com vagem e cenoura	Bolinho de grão de bico
Bebidas	Café Leite* Suco de goiaba	Café Leite* Suco de cajú	Café Leite* Suco de maracujá	Café Leite* Suco de abacaxi	Café Leite* Suco de manga
ALMOÇO	SEGUNDA 28/11	TERÇA 29/11	QUARTA 30/11	QUINTA 01/12	SEXTA 02/12
Salada crua	Acelga, tomate e abacaxi	Repolho, beterraba e pepino	Alface, acelga e manga	Repolho roxo, cenoura e milho	Vinagrete
Salada cozida	Chuchu e vagem assados	Abobrinha e cenoura	Batata inglesa e beterraba	Batata doce e abobora	Refogado de repolho e cenoura
Molho	Abacaxi	Manga	Laranja	Alho*	Limão
Prato principal	Bife de frango na chapa Almôndegas de carne ao molho vermelho	Coxa e sobrecoxa ao molho Bife bovino acebolado	Torta de peixe* Picadinho cozido com legumes	Bobó de frango Costela assada	Isca de frango à dorê Cubos de carne ao molho de alho
Vegetariano	Croquete de soja	Omelete de queijo*	Panqueca de legumes	Moqueca de repolho com grão de bico	Salteado de soja com legumes
Guarnição	Purê misto	Cuscuz refogado	Salteado de legumes	Macarrão ao alho e óleo	Farofa colorida
Acompanhamentos	Arroz branco Arroz integral com vagem Feijão carioca	Arroz branco c/ervilha Arroz integral Feijão preto	Arroz branco Arroz integral c/milho Feijão tropeiro	Arroz branco c/passas Arroz integral Feijão de corda	Arroz branco Arroz integral com abobrinha Feijão fradinho
Sobremesa	Banana	Mousse de limão	Melancia	Torta desconstruída de abacaxi	Laranja
Suco	Suco de Manga	Suco de Goiaba	Suco de Caju	Suco de Maracujá	Suco de Abacaxi
JANTAR	SEGUNDA 28/11	TERÇA 29/11	QUARTA 30/11	QUINTA 01/12	SEXTA 02/12
Salada crua/cozida		Acelga, cenoura, tomate e cebola	Abóbora e batata doce	Repolho, acelga e melão	
Molho		Ervas	Manga	Mostarda	
Prato principal		Isca de carne acebolada	Coxa e sobrecoxa de frango ao molho	Jardineira de carne moída	
Vegetariano		Ovos ao molho vermelho	Estrogonofe de grão de bico*	Abobrinha recheada c/ soja	
Tubérculo ou cuscuz		Batata doce	Cuscuz com cebolinha	Cuscuz	
Acompanhamentos/ Guarnição		Macarrão ao molho vermelho	Arroz branco	Macarrão ao alho e óleo	
Sopa		Sopa de feijão	Arroz doce	Sopa de carne Sopa de batata cremosa	
Pão/torrada		Pão	Torrada	Pão	
Bebidas		Suco de abacaxi Café Leite*	Suco de acerola Café Leite*	Suco de goiaba Café Leite*	

*Contém lactose

O cardápio está sujeito a alterações.